

اخلاق شاد زیستن

درآمدی بر پاره‌ای از راهکارهای آراستن نفس

دکتر محمدرضا ایزدپور

مدرس حوزه و دانشگاه



عنوان کتاب: اخلاق شاد زیستن

مؤلف: محمد رضا ایزدپور

ناشر: انتشارات وثوق

نوبت چاپ: اول، ۱۳۸۷

قیمت: ۱۲۰۰ تومان

شمارگان: ۲۰۰۰ نسخه

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۲۵۹۴-۷۴-۰

آدرس:

قم، خیابان صفائیه، کوچه بیگدلی، جنب آزمایشگاه امین، پلاک ۲۱، انتشارات وثوق

تلفن: ۷۷۳۵۷۰۰ - تلفکس: ۷۷۴۱۸۶۶ همراه: ۰۹۱۲۲۵۲۵۸۳۹

کلیه حقوق مادی و معنوی کتاب محفوظ است.

فهرست مطالب

۸	پیش گفتار
۱۱	بازیافت خویش
۱۳	خداشناسی در پرتو خودشناسی
۱۵	خودشناسی در قرآن
۱۶	کندن چاه با مژه!
۱۸	مراتب آراستن نفس
۱۹	شبهه:
۱۹	پاسخ:
۲۰	آراستن نفس از دیدگاه قرآن
۲۲	آراستن نفس در جوانی
۲۴	بی توجهی به شکستها و ناکامیها
۲۷	فراگیری آموزه‌های اخلاقی
۲۸	همدلی و همراهی استاد
۲۹	سؤال:
۲۹	پاسخ:
۳۰	پاره‌ای از عوامل آراستن نفس
۳۰	عامل اول: محبت به خدا
۳۲	نتایج و فواید محبت به خدا
۳۲	۱ - انتظار دیدار معشوق
۳۴	۲ - خلوت با معشوق در دل شب
۳۵	۳ - تسلیم بودن در برابر خواسته‌های معشوق

- ۴ - ابراز علاقه به آفریده‌های معشوق ۳۶
- ۵ - برطرف شدن سنگینی عبادت ۳۸
- ۶ - تسخیر دل ۳۹
- ۷ - هموار گردیدن ناهمواریها ۴۴
- ۸ - برطرف گردیدن حجاب‌ها از چشم دل: ۴۴
- ۹ - تدبیر امور زندگی به دست محبوب واقعی ۴۵
- ۱۰ - الهی گردیدن گوش، چشم، زبان و دست ۴۶
- ۱۱ - جلب توجه و اجابت خداوند ۴۶
- عوامل تحصیل محبت خدا ۴۷
- ۱ - تقوی ۴۷
- ۲ - تحکیم رابطه با خدا ۴۸
- ۳ - شناخت خالق ۴۹
- عامل دوم: یادآوری پیوسته معاد و نظارت بر اعمال ۴۹
- شاهد اول: ۵۰
- شاهد دوم: ۵۱
- شاهد سوم: ۵۲
- شاهد چهارم: ۵۴
- شاهد پنجم: ۵۵
- شاهد ششم: ۵۵

- شاهد هفتم: ۵۷
- شاهد هشتم: ۵۷
- عامل سوم: انذار و تبشیر ۵۸
- عامل چهارم: پند پذیری از حالات پیشینان ۶۲
- عامل پنجم: بازگشت و تدارک ۶۳
- نیل به اُطاف الهی در پرتوی بازگشت ۶۵
- بازگشت به عامل تقویت اراده انسان و جلب رحمت خداوند: ۶۷
- همواره گردیدن ره صد ساله در پرتوی بازگشت: ۶۸
- عامل ششم: راز و نیاز ۷۴
- پرسش: ۷۸
- ۱ - دیرخواهی ۸۵
- ۲ - پرخوری ۸۷
- ۳ - پرهیز از درگیری اعصاب ۸۷
- ۴ - کمبود استراحت ۸۷
- ۵ - پرهیز از لغزش و آلودگی ۸۷
- ۶ - محبت ناقص و کم رنگ ۸۹
- ۷ - عدم مطالعه آیات و احادیث مربوطه و حالات دیگران ۸۹
- عامل هفتم: بازیابی اخلاص، بریدن از خلق و اتصال به حق ۹۰
- بازیابی اخلاص، تنها طریق نجات ۹۶
- امکان عملی بازیابی اخلاص ۹۸
- روشی راهبردی برای بازیابی اخلاص ۱۰۴

پیش گفتار

برترین نوع رابطه و تأثیر بخش‌ترین رابطه در هستی، رابطه انسان با خالق هستی بخش خویش در تمام مراحل زندگی است، بدون تردید وجود این رابطه برای انسان، دریچه‌هایی از نور و معنویت را گشوده و آدمی را به اهداف بلند و والای آفرینش، نزدیک‌تر می‌سازد، در نقطه عکس، با فقدان این رابطه حیاتی در زندگی، شخصیت انسان، رفته‌رفته رو به تنزل گذارده تا بدان جا که از دیدگاه قرآن در مرحله پایین‌تر و نازل‌تر از چارپایان قابل ارزیابی می‌باشد

«أُولَئِكَ كَالْأَنْعَامِ بَلْ هُمْ أَضَلُّ أُولَئِكَ هُمُ الْغَافِلُونَ»^۱

بدون شک انسانی که در روز محشر با دلی زنگار گرفته و مملو از حجاب‌های ظلمانی و نورانی، به محضر ربّ الارباب ره یافته، نمی‌تواند به خلوت انس با دوست دستیازیده و در جواب رحمت حق تعالی به آرامش حقیقی برسد

«يَوْمَ لَا يَنْفَعُ مَالٌ وَلَا بَنُونَ إِلَّا مَنْ أَتَى اللَّهَ بِقَلْبٍ سَلِيمٍ»^۲

روزی که هیچ یک از مظاهر فریبنده دنیا همانند مال و فرزند به کار نیامده و تنها اکسیری که خریدار دارد، دلی است که زنگار زدایی

۱ - سوره اعراف، آیه ۱۷۹.

۲ - سوره شعراء، آیه ۸۹.

گردیده و به پالایش معنوی دست یافته است نوشتاری که پیش روی شما قرار دارد در راستای تحقق هدف فوق و برای رسیدن به بخشی از این دغدغه بزرگ، تدوین یافته و به بررسی کوتاه پاره‌ای از علل و عوامل پالایش نفس، می‌پردازد، روشن است که بررسی تمامی عوامل، به فرصتی دیگر نیاز داشته و از حوصله نوشتار کنونی خارج می‌باشد، در خاتمه در خور توجه است که بخشی از مطالب این نوشتار، از یک سو در ساختار قسمت‌هایی از سرفصل‌های درس اخلاق کاربردی در برخی از دانشگاه‌های دولتی خصوصاً در طی چندین سال متمادی و در دانشکده‌های مختلف دانشگاه صنعتی امیرکبیر (پلی‌تکنیک تهران) به شکل علمی و کلاسیک به وسیله نگارنده تدریس گردیده، و از سوی دیگر در طی مراحل و در طول چند سال در فصلنامه آموزشی فرهنگی فرهنگ جهاد به چاپ رسیده است،

با توجه به آن که با تصدیق برخی از تشنگان حقیقت تأثیرات بسزایی بر جان و روان برخی مخاطبین گرانقدر بر جای گذارده و از شواهد ملموس و عینی قابل تأملی، بهره‌گیری شده است، به نظر رسید ارائه آن‌ها در ساختار کتابی کم حجم به سایر جویندگان راه وصال، ضروری باشد.

والسلام علی من اتبع الهدی

محمد رضا ایزدپور

۱۲ شعبان المعظم / ۱۴۲۹

۱۳۸۷/۵/۲۴